

2025年3月27日
ご当地タニタごはんコンテスト実行委員会

「高校生部門」を新設し、若年層にも訴求！
第8回「ご当地タニタごはんコンテストーヘルシー郷土料理でまちおこしー」開催決定
事前登録受付期間：4月1日(火)～4月30日(水)



※前回大会（2024年度）の様子

株式会社タニタ（本社：東京都板橋区、代表取締役社長：谷田千里）などが主催する「ご当地タニタごはんコンテストー郷土料理でまちおこしー」の2025年度開催が決まり、4月1日(火)より公式サイト（<http://www.tanitagohan.net>）で事前登録を開始しますのでお知らせします。

本コンテストは、日本全国に点在する郷土料理を「タニタが考える健康的な食事の目安」に基づき現代風にアレンジし競い合う企画です。8回目を迎える今回は、より広範な層に対し郷土の食文化への理解と参加意欲を促すため、新たに「高校生部門」を創設しました。また、応募ブロックを7ブロック制から5ブロック制（北海道・東北、関東・甲信越、近畿・北陸・中部、中国・四国、九州・沖縄）に再編成することで、地域間格差を是正し、より公正かつ公平な審査を行えるようにしました。応募者へのインセンティブも充実させます。応募開始に先立ち事前登録をすることで、「プロが教えるアレンジのコツ（仮）」（WEB）の受講特典が得られます。

応募開始は5月1日(木)を、締め切りは8月25日(月)を予定。書類審査などを経て全国から優秀賞10チーム（レシピ）を選出の上、グランプリなどを決める全国大会を11月15日(土)に服部栄養専門学校(東京都渋谷区)で開催いたします。全国大会では、服部栄養専門学校に所属するプロの料理人たちが献立を実際に作り上げ、審査員が献立の味や完成度、郷土料理への理解やアレンジポイントなどを鑑み、グランプリ1チームと準グランプリ2チームを決定します。グランプリには賞金50万円、準グランプリには賞金10万円を贈呈します。また、応募者全員に参加賞としてAmazonギフトカード500円分を進呈します。

■ 高校生部門の新設

若者世代へ郷土料理を継承するべく、高校生部門を新しく設けます。通常のルールではチームメンバーに管理栄養士を含むことや「タニタが考える健康的な食事の目安」に合致することが必須要件となっていますが、高校生部門では参加のハードルを低く設定しました。高校生部門は応募書類のみで選考を行い高校生グランプリ1チーム、高校生準グランプリ2チームを選出します。高校生グランプリは5万円分、高校生準グランプリには3万円分のAmazonギフトカードを贈呈します。

郷土料理を含む日本の食文化の継承は、農林水産省の策定する「第



4次「食育推進基本計画」の目標にも掲げられており、食育を推進する上で重要となる課題のひとつです。食の西洋化や少子高齢化に伴い、日本の伝統的な食文化が薄れゆくなか、本コンテストを通じて若い世代の意識を高めるべく高校生の積極な参加を促します。

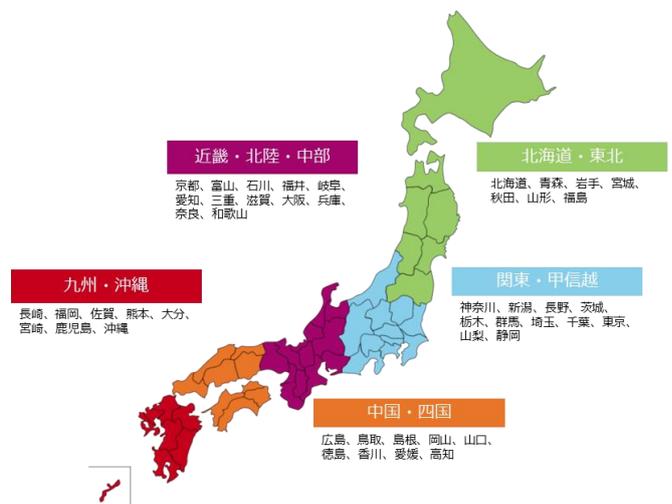
■ 事前登録開始と早期応募特典の付与

4月1日(火)～4月30日(火)の期間に事前登録をされた方のチームを対象に、「プロが教えるアレンジのコツ(仮)」(WEBセミナー)をご案内します。セミナーは事前登録者のメールアドレス宛に5月上旬からお知らせします。また、応募数を増すため、2025年6月30日(月)迄にご応募いただいたチームには早期応募特典として書類審査時に5点を加点いたします。事前登録と早期応募で、書類審査でのアドバンテージが高まります。

■ 応募ブロックを再編成

応募ブロックを7ブロック制から5ブロック制(北海道・東北、関東・甲信越、近畿・北陸・中部、中国・四国、九州・沖縄)に再編成することで、地域間格差を是正し、より公正かつ公平な審査を目指します。

書類審査で各ブロックから書類審査による予選を行い、各ブロックから2チーム計10チームを選出します。予選を勝ち抜いた10チームには優秀賞が与えられ、11月15日(土)に服部栄養専門学校で開催する全国大会に出場します。



■ 企画意図 — 郷土料理の新たな魅力や可能性を創造し、次世代へと受け継ぐ

日本の食文化の原点ともいべき郷土料理ですが、日本人の食生活の西欧化や少子高齢化による地域社会とのかかわりの希薄化などに伴い、その継承が課題となっています。2018年度にスタートした本コンテストは、健康的な食生活といった視点でレシピを再構築。郷土料理の新たな魅力や可能性を創造し、次代に継承していくことを狙いとしています。

■ 新審査員長に片岡 護氏が就任

昨年、服部幸應先生が逝去され、空白になっていた審査員長に日本におけるイタリア料理界の第一人者・片岡護氏が就任します。

【審査員長就任コメント】

「この度は『第8回ご当地タニタごはんコンテスト』の審査員長にご指名いただきありがとうございます。健康的な食生活を全国の郷土料理を通じて審査することで食生活が向上、そして発展することは非常に大切なことだと思います。微力ながらコンテストを通してお手伝いできるのは光栄です。精一杯頑張りたいと思います」

【プロフィール】

かたおか・まもる。1948年 東京都生まれ。「つきぢ田村」での研修を経て68年イタリアに渡





り、ミラノ総領事付きコックとして5年を過ごす間、ナヴィリオ地区の魚介料理専門店「アルポルト」と出会う。73年に帰国、代官山「小川軒」、南麻布「レストランテマリーエ」料理長。83年にイタリア料理レストラン「レストランテ アルポルト」を開業。

**第8回「ご当地タニタごはんコンテストーヘルシー郷土料理で健康まちおこしー」
開催概要 ～一般部門～**

■ 募集テーマ	<p>「タニタが考える健康的な食事の目安」で郷土料理をアレンジしたレシピ 【地産地消ルール】地元産食材・調味料を必ず使うこと タニタが考える健康的な食事の目安とは</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 1食あたり 500-800kcal ② 基本は主食、主菜、副菜とするが、これらの要素が入っていれば一皿でもよい ③ 主食(献立全体のごはん、麺、パン)は 100-200g とする ※主食は、米であればご飯、麺類であれば茹で後など調理後の重量とする ※小麦粉、米粉など粉類の場合は 45-90g ※米や乾麺などを用いる場合は、日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）に記載されている「重量変化率」を元に、食べる時の状態での量とする。 例) 米 100g → NG（重量変化率 210%のため、食べる時の量は 210g となるため） 米 70g → OK（重量変化率 210%のため、食べる時の量は 147g となるため） ④ 主菜(献立全体の肉、魚、卵、大豆製品)は 70-150g とする ⑤ 野菜は 150g 以上使うこと(きのこ、いも、海藻は含まず) ⑥ 食塩相当量は 3.4g 以下
■ 事前登録期間	4月1日(火)～4月30日(水)
■ 募集期間	2025年5月1日(木)～8月25日(月) ※消印有効
■ 応募方法	期日までに応募書類原本を実行委員会事務局へ郵送 詳細は公式サイトを参照 http://www.tanitagohan.net
■ 参加資格	<ol style="list-style-type: none"> 1. プロ・アマチュア・企業など問いませんが、3名以下のチーム編成とすること 2. チームメンバーは全員同一都道府県在住、もしくは同じ職場、学校に在籍していること 3. チームの中に必ず地元（その都道府県在住）の栄養士もしくは管理栄養士を入れること
■ メニュー形式	<ol style="list-style-type: none"> 1. メニューは最大で4品以内とし、料理の組み合わせ（バランス）は基本「主食」、「主菜」、「副菜」とするが、これらの要素が入っていれば一皿でもよい。 2. レシピは必ず1品は郷土料理をベースにすること。 （地元食材を使った創作料理は不可） 3. 食材に制限は設けない。 4. コストに制限は設けない。

**第8回「ご当地タニタごはんコンテストーヘルシー郷土料理で健康まちおこしー」
開催概要 ～高校生部門～**

<p>■ 募集テーマ</p> <p>■ レギュレーション</p>	<p>自分たちも食べたい郷土料理を現代風アレンジ</p> <p>① 1食あたりのエネルギー (kcal) は規定なし ※エネルギーを抑える工夫があると得点が高くなります。</p> <p>② 基本は主食、主菜、副菜とするが、これらの要素が入っていれば一皿でもよい</p> <p>③ 主食(献立全体のごはん、麺、パン)は 100-200g とする ※主食は、米であればご飯、麺類であれば茹で後など調理後の重量とする ※小麦粉、米粉など粉類の場合は 45-90g</p> <p>④ 主菜(献立全体の肉、魚、卵、大豆製品)は 70-150g とする</p> <p>⑤ 野菜は 120g 以上使うこと(きのこ、いも、海藻は含まず)</p> <p>⑥ 食塩相当量は規定なし ※塩分を抑える工夫があると得点が高くなります。</p>
<p>■ 事前登録期間</p>	<p>4月1日(火)～4月30日(水)</p>
<p>■ 募集期間</p>	<p>2025年5月1日(木)～9月7日(日) ※消印有効</p>
<p>■ 応募方法</p>	<p>期日までに応募書類原本を実行委員会事務局へ郵送 詳細は公式サイトを参照 http://www.tanitagohan.net</p>
<p>■ 参加資格</p>	<p>1. 高校生3名以下のチーム編成にすること ※栄養士もしくは管理栄養士が1名入れば、一般部門への参加も可能となります。</p>
<p>■ メニュー形式</p>	<p>1. メニューは最大で3品以内とし、料理の組み合わせ(バランス)は基本「主食」「主菜」「副菜」とするが、これらの要素が入っていれば一皿でもよい。 ※栄養価計算表の提出は必要ありません。</p> <p>2. レシピは必ず1品は郷土料理をベースにすること(地元食材を使った創作料理は不可)</p> <p>3. 食材に制限は設けない</p> <p>4. コストに制限は設けない</p>